

### Regolamento del Corso

La direzione del corso si riserva la facoltà di apportare modifiche al programma e di escludere dal corso stesso quegli allievi che avessero dato prova di indisciplina o avessero dimostrato manifesta incapacità tecnica.

La scelta delle località per le lezioni pratiche verrà decisa all'ultimo momento per poter sfruttare al meglio le condizioni meteorologiche ed ambientali del terreno.

### Informativa

La frequentazione della montagna, della falesia e delle strutture indoor di arrampicata sono attività che presentano dei rischi; le scuole del C.A.I. adottano tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambienti si operi con ragionevole sicurezza. Con la loro adesione Istruttori ed Allievi sono consapevoli che nello svolgimento dell'attività alpinistica un rischio residuo è sempre presente e non è mai azzerabile.

Lo scopo del corso di arrampicata libera è quello di fornire agli allievi tutte le conoscenze necessarie per praticare l'arrampicata libera su roccia in totale sicurezza, portandoli ad essere in grado di arrampicare da primi di cordata su itinerari perfettamente attrezzati.

Il corso si svilupperà in lezioni teoriche, prove pratiche in palestra (indoor) e prove pratiche in falesia.

## Iscrizioni

L'iscrizione è aperta a tutti i soci CAI che abbiano superato il sedicesimo anno di età.

Per i minorenni occorre l'autorizzazione firmata dei genitori o di chi ne fa le veci.

Le iscrizioni saranno aperte dal giorno **09 giugno 2017** e dovranno essere accompagnate da:

**Modulo di iscrizione compilato;**

\*

**N°1 fotografia formato tessera;**

\*

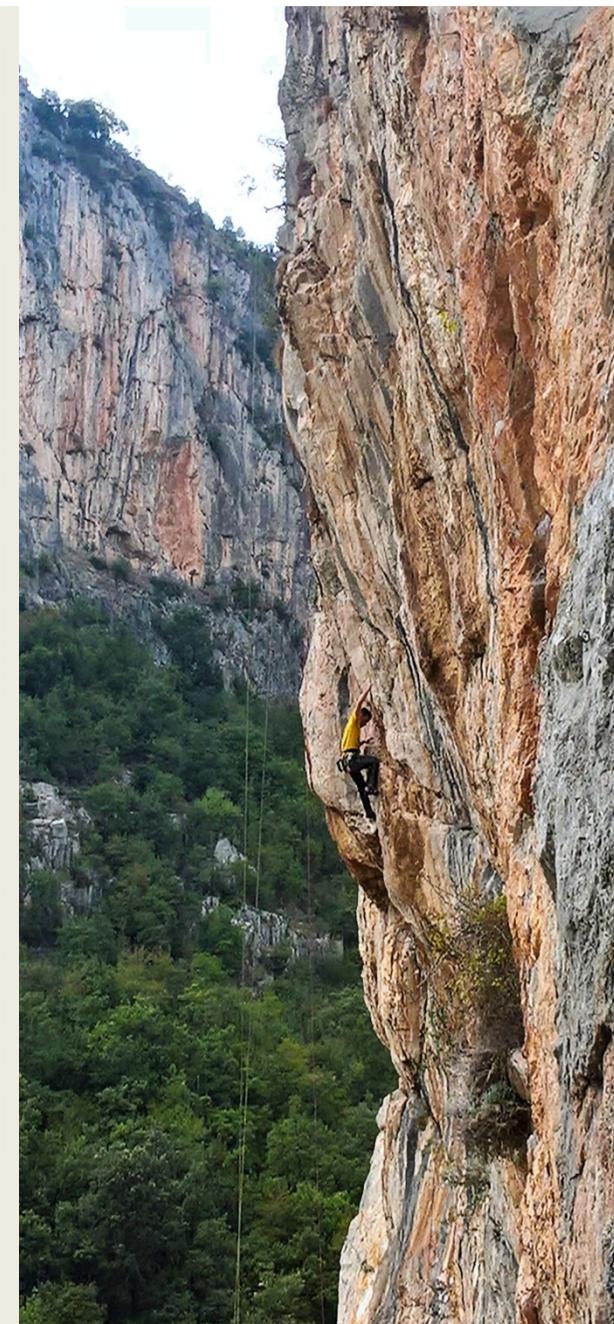
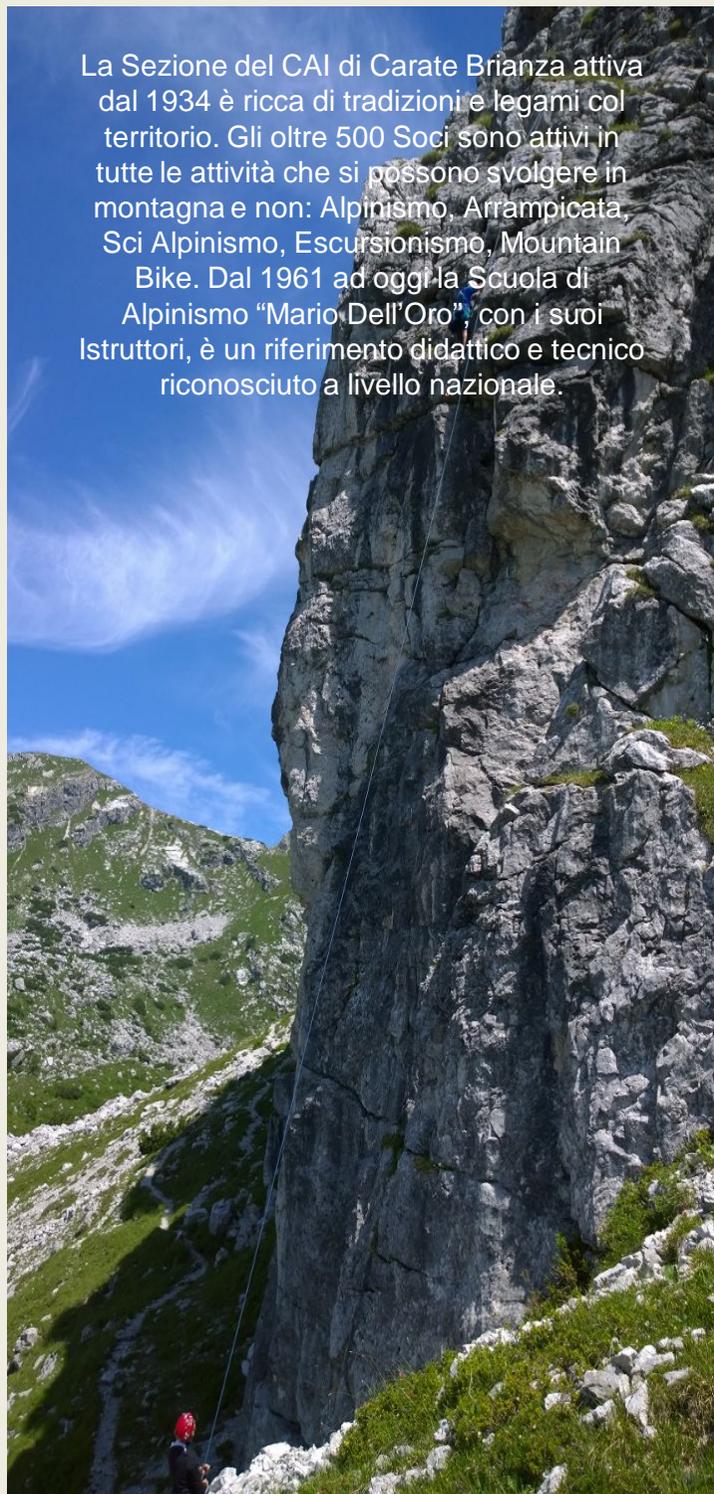
**Tessera CAI con bollino valido per l'anno 2017;**

\*

**Certificato medico di idoneità alla pratica sportiva valido per l'anno 2017**

\* Quota di €180 (comprende assicurazione individuale e dispense relative alle lezioni teoriche).

La Sezione del CAI di Carate Brianza attiva dal 1934 è ricca di tradizioni e legami col territorio. Gli oltre 500 Soci sono attivi in tutte le attività che si possono svolgere in montagna e non: Alpinismo, Arrampicata, Sci Alpinismo, Escursionismo, Mountain Bike. Dal 1961 ad oggi la Scuola di Alpinismo "Mario Dell'Oro", con i suoi Istruttori, è un riferimento didattico e tecnico riconosciuto a livello nazionale.



SCUOLA DI ALPINISMO  
"MARIO DELL'ORO"  
CAI Carate Brianza



Via Cusani, 2 - Tel./Fax. +39 0362 / 992364  
Web: www.caicaratebrianza.it - e-mail: info@caicaratebrianza.it

12° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA 2017

## PROGRAMMA CORSO

- 04/09 Sede CAI : Presentazione del corso  
Equipaggiamento e materiali
- 05/09 Sede CAI : Nodi I - Tecnica di arrampicata I
- 07/09 Palestra : Nodi I - Tecnica di arrampicata I
- 10/09 Falesia : Arrampicata da secondo di cordata
- 11/09 Sede CAI : Nodi II – Materiali per l'arrampicata
- 12/09 Palestra :Tecnica di arrampicata II – manovre di corda
- 17/09 Falesia : Manovre di corda – Arrampicata
- 23/09 Falesia : Prove di trattenuta
- 25/09 Sede CAI : Nodi III – Metodi di allenamento
- 26/09 Palestra : Arrampicata da primo di cordata  
manovra di allungamento
- 01/10 Falesia : Arrampicata da primo di cordata  
manovra di allungamento
- 02/10 Sede CAI : Storia dell'arrampicata libera
- 03/10 Palestra : Arrampicata da primo di cordata  
e tecnica di arrampicata III
- 07-08/10 Falesia : Arrampicata

**04 NOVEMBRE– Cena di fine corso**

Direttore della Scuola > Colombo Marco (INA) tel. 320 4774531  
Vice direttore della Scuola > Colombo Antonio (INA) tel. 345 1555246

Direttore corso di arrampicata libera > Spinelli Maurizio (I.A.L.) tel. 345 7063253  
Vice direttore corso di arrampicata libera > Fani Alessio tel. 339 7666947

## ORGANICO SCUOLA

Balossi Alberto (I.A.)	Marzorati Marino (I.N.A.)
Barbaglia Andrea	Mazzolin Gabriele
Benedum Giovanni (I.A.)	Monteleone Andrea (I.A.)
Berta Giuseppe	Moscatelli Michele
Bonfanti Annalisa (I.A.)	Nicolodi Marco (I.N.A.)
Borgonovo Flaminio(I.A.)	Patruno Monica
Camagni Elisa	Piccin Maurizio (I.A.)
Castagna Roberto	Pozzi Matteo
Cattaneo Luca	Preda Anna
Cerini Luca	Recalcati Simone
Citterio Massimo	Redaelli Marco (I.A.)
Colciago Laura	Redaelli Massimo (I.A.)
Colombo Diego	Redaelli Norberto
Corbetta Massimo	Schirru Stefano
Curti Angelo (I.A.)	Scotti Carlo
Dell'Orto Dario	Scotti Luca
Filip Ermes	Scotti Matteo
Galbiati Roberto	Stocco Luca
Gattini Alessandro	Strocchio Maurizio
Gerosa Roberto	Tirelli Christian
Giussani Simone	Tanzi Ezio (I.A.)
Grassi Danilo (I.A.L.)	Tonicello Pietro
Legnani Giovanni	Vergani Cinzia
Maggioni Matteo (I.A.L.)	Vigano' Alberto
Maj Stefano	Vimercati Giuliano
Marzorati Alessandro(I.A.L.)	Zampieri Matteo
	Zimbaldi Chiara



Dovendo acquistare il materiale, si consiglia di attendere lo svolgimento della prima lezione «Equipaggiamento»  
In quella sede sarà possibile individuare cosa sia necessario e chiedere consiglio agli istruttori

## MATERIALE INDIVIDUALE

Casco da arrampicata;  
Sacchetto porta magnesite;  
Imbracatura bassa da arrampicata;  
Scarpette da arrampicata;  
N°2 moschettoni a ghiera;  
Abbigliamento adeguato;  
N°1 anello di cordino diam. 8 mm da 2,0 metri;